

LIMA, JUEVES 5 DE JUNIO DE 2025 | @DiarioOjo | DiarioOjo | @diarioOjo | www.ojo.pe Precio: S/ 1.20 Vía aérea: S/1.50 | N°21400 | Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay

**GRATIS** SUPLEMENTO TRAE TRES PÁGINAS PARA LLEVAR MÁS DIVERSIÓN A TODA LA FAMILIA

HOY JUEGA con ojo

# CON BUZOS BUSCAN A ASHLEY

Marina de Guerra halló gran parte del fuselaje de la nave en el fondo del océano

METROLIMA Pág. 4

# ojo

S/ 1.20

CAMBIO DE DÓLAR
Compra: S/3.61
Venta: S/3.63

CAMBIO DE EURO
Compra: S/4.19
Venta: S/4.22

## "OREJAS" LISTO ANTE COLOMBIA

Flores espera volver a anotar a los cafeteros mañana en Barranquilla

CRACK Pág. 12

## MILETT FIRME CON TINELLI

Regresa a Argentina para celebrar su cumpleaños junto a su novia

OJOSHOW Pág. 18

PLENO DEL CONGRESO AUTORIZÓ SU SALIDA A FRANCIA DEL 7 AL 11 DE JUNIO

# CRECE OLA CRIMINAL Y DINA SE VA DE VIAJE

ES SU TERCERA SALIDA AL EXTERIOR EN MENOS DE UN MES

- **"LE IMPORTA UN COMINO LA SITUACIÓN DEL PAÍS"**, CUESTIONÓ JUAN SHEPUT; Y NORMA YARROW LA CALIFICÓ DE FRÍVOLA
- **LA MANDATARIA ASISTIRÁ A LA CUMBRE MUNDIAL DE LOS OCÉANOS**, EN NIZA, Y SE REUNIRÁ CON PRESIDENTE MACRON

POLÍTICA Pág. 7

EDITORA GENERAL: SILVIA QUISPE RAMÍREZ

**OPINAN LOS LECTORES**

¿Cree que los congresistas vienen modificando la Constitución en beneficio propio y no del país?

SÍ 93% NO 7%

¿Cree que la selección del Perú vencerá este viernes a la de Colombia y seguirá en carrera al Mundial?

## LA CRUDA REALIDAD

### DINA VUELVE A HACER MALETAS

Ayer cuestionamos los viajes del gobernador de La Libertad, César Acuña. La presidenta Dina Boluarte le sigue los pasos. Por tercera vez, en menos de un mes, la mandataria volverá a viajar al extranjero. El 16 de mayo voló hasta El Vaticano para asistir a la ceremonia de entronización del papa León XIV, una actividad que justificaba la presencia de la presidenta del Perú por tratarse de una ceremonia del primer – y tal vez único – sumo pontífice de nacionalidad peruana. Una semana después, el 24 de mayo, la mandataria volvía a hacer maletas, pero esta vez para viajar a Ecuador, para asistir a la toma de mando del presidente Daniel Noboa. Una actividad que no requería la presencia obligatoria de la mandataria del Perú, pero que el Congreso aprobó, pese a los cuestionamientos. Ahora, el pleno del Congreso vuelve a autorizar a que Boluarte viaje, esta vez a Francia, para participar de la Cumbre Mundial de los Océanos, en Niza. ¿Qué tan relevante es este evento internacional que hizo a la mandataria solicitar permiso al Congreso?

"OTORONGAS" PIDEN SUBIRSE AL AVIÓN CON MANDATARIA

# Dina se dará el gusto y viajará a Francia

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

La mayoría del Congreso que apoya al Gobierno cerró filas ayer y aprobó el pedido de la presidenta Dina Boluarte para ausentarse del país, del sábado 7 al miércoles 11 de junio, a fin de viajar a Francia en su tercera salida al extranjero el último mes.

Cuando el país padece por una crisis de inseguridad que el Ejecutivo es incapaz de controlar, la mandataria pidió autorización para salir del país y asistir a la III Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Océano (UNOC3), en Niza, Francia.

También, indicó, se reunirá con el presidente francés, Emmanuel Macron, para "consolidar una asociación privilegiada con Francia".

Pedir participar en ambas citas fue suficiente para que, a pesar de los cuestionamientos, el Pleno del Congreso apruebe el viaje con 58 votos a favor, 35 en contra y 2 abstenciones.

Apoyaron el viaje, casi en bloque, congresistas de Fuerza Popular, Alianza para el Progreso (APP), Acción Popular (AP), Avanza País, Somos Perú y Honor y Democracia, habituales al respaldar proyectos del Ejecutivo y en rechazar censuras a ministros y mociones de vacancia contra Boluarte.

**ojo al dato**

El viaje a Francia se suma a sus dos últimas salidas del país: a Ecuador el 24 de mayo y a Italia y El Vaticano del 16 al 19 de mayo.

Indignada, la legisladora Norma Yarrow (Renovación Popular) tildó de "frívola" a Boluarte. "Definitivamente es una frivolidad", recalcó sobre viajar en medio de la grave situación de inseguridad que atraviesa el país.

Para el legislador Alex Flores (Bancada Socialista), "el país se desangra, pero Dina Boluarte usa el poder para hacer turismo pagado por todos los peruanos"; mientras su colega Jaime Quito condenó el "descaro" de la presidenta que viajará "cuando no soluciona problemas (del país) como la inseguridad".

**VIAJERAS.** En su deseo de viajar a Francia, las congresistas Heydi Juárez (Podemos Perú) y Janet Rivas (Perú Libre) solicitaron integrarse a la delegación oficial del Perú encabezada por Boluarte.

Ambos pedidos escritos se dirigieron al canciller Elmer Schialer, con copia a la Dirección General de Soberanía, Límites y Asuntos Antárticos del Ministerio de Relaciones Exteriores.


• Tras ir a El Vaticano y Ecuador, a Boluarte le toca Francia.


• Mayoría del Congreso respaldó de nuevo a la mandataria.

## FOTONOTICIA

### LA FISCALÍA DENUNCIA AL DEFENSOR DEL PUEBLO

Ante el Congreso, la Fiscalía de la Nación denunció constitucionalmente al defensor del Pueblo, Josué Gutiérrez, por nombrar a María Olórtegui como jefa defensorial en La Libertad sin supuestamente cumplir con los requisitos para el puesto.


FOTO: OJO

## Mandarían reos a la megacárcel de Nayib Bukele

• El premier Eduardo Arana confirmó que el traslado está bajo evaluación.

Mientras en el Congreso se inició ayer el debate de un proyecto de Katy Ugarte para trasladar a reos de alta peligrosidad a El Salvador, el premier Eduardo Arana confirmó que el Ejecutivo evalúa el envío de condenados a la megacárcel Cecot, lo que pasa por un acuerdo con el gobierno de Nayib Bukele.

**X TWITTER**

SIGRID BAZÁN
Congresista
X @sigridbazan

"Reducir la zona protegida de las Líneas de Nazca es un grave atentado contra nuestro patrimonio y un retroceso inaceptable. Hemos oficiado al ministro de Cultura (Fabricio Valencia) exigiendo transparencia y explicaciones frente a esta grave amenaza contra nuestro legado cultural".

## OJOS&OÍDOS

**UNIDOS.** Alianza para el Progreso (APP) no descarta aliarse con Fuerza Popular para las elecciones de 2026, confesó su vocero, Elio Riera, si mantienen coincidencias en sus lineamientos políticos. Por ahora, al menos en el Congreso ya coinciden en sus votos.

**DEBATE.** El presidente del Congreso, Eduardo Salhuana, anunció que planteará la asistencia presencial de al menos el 50 % de legisladores a las comisiones, a fin de no afectar el debate en los grupos de trabajo.

**AY.** En un audio, Rogger Taboada, profesor de la Universidad de Huacho, diría que se sobornó a los congresistas Alex Paredes, Guido Bellido, Esdras Medina y Edgar Tello para votar contra la reorganización de la casa de estudios, reveló Segundo Montalvo.

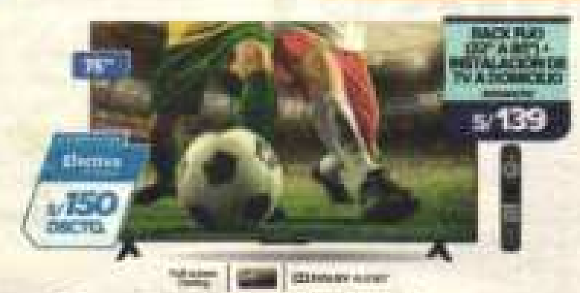


**PIERDE.** El Cuarto Juzgado Constitucional de Lima declaró improcedente el hábeas corpus de Pedro Castillo para apartar por "falta de imparcialidad" a la jueza Norma Carbajal de la Sala Penal Especial de la Corte Suprema que lo enjuicia por presunta rebelión.




# Feliz día Papá efe.nomenal

## ¡BUENOS PRECIOS EN CUOTAS CHIQUITAS!




AIWA by TCL
75U6S
- TV 75" UHD 4K SMART GOOGLE
- HDMI 2.1 y USB 2.0/ Bluetooth

S/ 1,899




ASUS
E1504GA-NJ006W
- 15.6" FHD
- 8GB RAM + 256GB SSD
- Intel Core i3 12ava Gen 8 Núcleos
- Intel UHD Graphics

S/ 1,599




SAMSUNG
WA13CG5441BDPE
- EcoBubble™
- Motor Digital Inverter
- Lavado Intenso
- Guardarropa profundo

S/ 999




Klipsch GIG XL PARTY SPEAKER
KLIPSCH PARLANTE BT GIG XL
GIGXL
- Altavoz inalámbrico portátil con woofer de 6,5"
- Tweeter de 2"
- Entrada de micrófono con cable
- Entrada analógica de 3,5 mm
- Conectividad Bluetooth y batería recargable

S/ 499






SAMSUNG
GALAXY A36
SM-A366EZKALTP
- Almacenamiento: 128GB + 8GB RAM
- Cámara Principal: 50MP + 8MP + 5MP
- Cámara Selfie: 12MP

S/ 1,299




Paraiso
COLCHÓN PARAÍSO AMANECER
AMA-135-N
- Material esponja y resortes Bonell

S/ 269

PRECIO NO INCLUYE TARIMA

LICUADORA Oster
S/ 179




PARLANTE INTELIGENTE CON ALEXA ECHO DOT 5
amazon alexa
S/ 189



DESCARGA LA APP Y ENCUENTRA MÁS OFERTAS

Google Play App Store




CONDICIONES GENERALES: Vigencia del 05 al 07 de junio del 2025 o hasta agotar stock.



**INVESTIGACIÓN.** La presidenta del Organismo Supervisor de la Inversión en Infraestructura de Transporte de Uso Público (Ositrán), Verónica Zambrano, anunció que investigarán los problemas operativos en el nuevo Aeropuerto Internacional Jorge Chávez.



Con inmunización también protegen al menor.

DEBEN VACUNARSE CONTRA MAL

## Tos ferina también afecta a embarazadas

Aunque los niños menores de 5 años son más vulnerables a la tos ferina, esta enfermedad puede afectar a personas de todas las edades y, más aún, a las embarazadas, quienes deben recibir la vacuna dTpa (difteria, tétanos y tos ferina) preferentemente entre las semanas 20 y 36 de gestación. "Esto protege tanto a la madre como al bebé, ya que permite que la mujer genere anticuerpos que se transfieren al feto a través de la placenta", explicó Ana Ramos, directora médica de La Positiva Seguros. Pese a ello, solo el 30.2 % de gestantes ha recibido la vacuna.

EN LIMA SE VERÁ EN PANTALLA GIGANTE

## Recomendaciones para hinchas en Colombia

A poco del partido de mañana en Barranquilla entre las selecciones peruana y colombiana por las Eliminatorias 2026, el Consulado General del Perú en Bogotá compartió recomendaciones para los hinchas del Perú que viajen a Colombia para alentar.

Entre los consejos figuran llevar sus documentos de identidad y de viaje en todo momento, evitar las aglomeraciones y respetar las disposiciones de seguridad. Por otro lado, en Lima, el municipio metropolitano anunció que transmitirá en pantalla gigante el partido Perú vs. Colombia en la Plaza de Armas para seguir alentando a la bicolor en ese partido que inicia a las 3:30 p. m.



Los incondicionales apoyarán a la bicolor.

CON BUZOS RASTREAN PERÍMETRO DONDE ESTÁ FUSELAJE

# Ubican restos del avión de Ashley

GRECIA LLANOS
grecia.llanos@prensmart.pe

Sumergido en el fondo marino, la Marina de Guerra del Perú logró ubicar gran parte del fuselaje de la aeronave KT-1P N° 446, que piloteaba la alférez FAP Ashley Vargas Mendoza, cuando desapareció el pasado 20 de mayo al realizar un vuelo de instrucción en Pisco, en la región Ica.

Aunque aún no hay rastro de la joven, el ministro de Defensa, Walter Astudillo, aseguró que "prácticamente ya se ha determinado la zona del impacto del aeronave", por lo que están en una fase final de la búsqueda y esperan tener noticias pronto.

"Ya hay un área que está delimitada y se ha restringido el acceso. Existe personal de la Marina de Guerra que está realizando los trabajos necesarios porque ya se han encontrado partes importantes del fuselaje", refirió.

**LABOR.** El ministro se refirió al área de Punta Otuma, en la Reserva Nacional de Paracas, donde el buque hidrográfico BAP Carrasco avistó la parte del fuselaje mencionado a 20 metros de profundidad.

Esto gracias a "una prospección submarina con sonar de barrido lateral", método que usa ondas sonoras para obtener imágenes detalladas del fondo marino. Luego de ello se desplegaron buzos de la Marina para la verificación directa.

Como resultado, se ubicó restos de la aeronave en el lecho marino, hallazgo que "confirmó el equipo operativo a cargo", detalló la Marina.

**MÁS.** Tras el hallazgo, Astudillo dijo que se aumentó el número de buzos que inspeccionan la zona. De los iniciales 10 buzos de la Marina de Guerra "ahora son 20" que refuerzan las acciones subacuáticas en el área, detalló.

En tanto, la familia continúa con trabajos de búsqueda y aguarda con esperanza hallar a Ashley. "Mientras su corazón no esté en casa, el nuestro no descansará", señaló un pariente.

José Ocampo, abogado de la familia, declaró a Infobae Perú manejar la hipótesis de que "el avión colapsó en el aire y terminó introduciéndose en el mar".



Ashley Vargas desapareció durante vuelo de instrucción.

**ojo al dato**

En el área trabajan unos 160 marinos, integrados por personal buzos y especialistas en el uso de tecnología avanzada.



Gran parte de fuselaje se halló a una profundidad de 20 metros, en Punta Otuma, en Pisco.

AL GRANO



### DAN DE ALTA A NIÑA QUE CAYÓ DE MURO EN CHOSICA

Tras nueve días hospitalizada en el Instituto Nacional de Salud del Niño San Borja, Xiomara (7), quien cayó desde un muro de aproximadamente cinco metros, en Chosica, fue dada de alta ayer al mostrar una recuperación satisfactoria.



### LIMA Y CALLAO AMANECIERON CON FUERTE LLOVIZNA

Lima y Callao amanecieron ayer con una persistente llovizna que generó vías resbalosas y poca visibilidad para los conductores. El Senamhi informó que este fenómeno es típico de la transición del otoño al invierno que se inicia este 20.



### CAE PARTE DEL TECHO EN CENTRO COMERCIAL

Una parte del techo del patio de comidas del centro comercial Plaza Norte se desprendió y causó alarma en los visitantes. El incidente no dejó heridos y la Municipalidad de Independencia inspeccionó el lugar.



• Raza peruana fue reconocida un 12 de junio.

HABRÁ CONCURSO DE DISFRACES

## Celebrarán a lo grande Día del Perro Peruano

El perro sin pelo del Perú celebra su día este 12 de junio, fecha en que la Federación Cinológica Internacional (FCI) lo reconoció y registró en su nomenclatura de razas con el número 310. Para festejarlo, el club Chacla'sCamp, el criadero más grande de estos canes a cargo de Alfredo Jeanneau, será escenario este domingo 8 de una celebración única en honor a esta raza con actividades que reunirán a familias, criadores y amantes de los animales en un entorno natural y divertido. El evento, que inicia 11:30 a.m., incluye concursos de disfraces y desfile de "simpatía perruna". Aunque el protagonista será el perro calato, la invitación está abierta a todas las razas.

# El frío nos hace comer más

6 DE CADA 10 PERUANOS PRESENTAN EXCESO DE PESO

GRECIA LLANOS
grecia.llanos@prensmart.pe

Durante la temporada de bajas temperaturas, existe mayor probabilidad de que las personas engorden debido a que sienten más apetito, señaló la nutricionista Claudia Agüero, del portal Salud en Casa.

La especialista en sobrepeso y obesidad explicó que en esta época el cuerpo necesita de un balance adecuado de vitaminas para reforzar el sistema inmunológico y, ante una deficiencia nutricional, el cerebro busca compensarla pidiendo más comida.

Sin embargo, en vez de comer verduras o frutas, muchos consumen lo que hay a la mano como dulces o comidas grasosas, lo que conlleva a subir de peso.

**AUMENTO.** En el Perú, según un reciente informe del Instituto Nacional de Estadística e Informática (Inei), el 62.2 % de personas de 15 a más años padece de exceso de peso, es decir, seis de cada diez peruanos.



• Mujeres sufren más de obesidad en nuestro país.

En específico, el 36.5 % presentó sobrepeso y esta población se concentra en Ica, Tumbes y Lima Metropolitana, mientras que el 25.7% sufre de obesidad, cifra que ha subido en comparación al año pasado. Esta última condición afecta más a mujeres y se concentra en Tacna, Moquegua y Madre de Dios.

"El sobrepeso y la obesidad puede ser perjudicial para la salud ya que aumenta el riesgo de contraer enfermedades no transmisibles como diabetes", alertó el Inei.

**ojo al dato**

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que afecta a la salud.



**PRISIÓN PREVENTIVA PARA TÉCNICO.** Tras las rejas fue enviado Rubén Darío Cueva Velásquez (31), técnico de una empresa de telefonía implicado en el feminicidio de Andreína Farías, en San Bartolo. El Poder Judicial le dio nueve meses de prisión preventiva.

ERA LA ENCARGADA DE ENVIARLE DINERO AL EXTRANJERO

# Cajera del "Monstruo" movía millones de soles

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

A través de empresas de transferencias de dinero, Claren Grace Bados Neyra (29), "La Cajera", envió un promedio de dos millones de soles a su jefe Erick Moreno Hernández, "El Monstruo", cabecilla de la banda "Los Injertos del Cono Norte", hoy en el extranjero.

Ella también habría creado negocios de venta de ropa e importaciones que mostraba en sus redes sociales pero que, según la Policía, los utilizaba para lavar dinero que finalmente terminaba en manos de este delincuente.

"Ha recepcionado aproximadamente dos millones de soles y los convirtió en dólares. A su vez, ella es la que utilizó a ciudadanos bolivianos y paraguayos, a través de los cuales y de una empresa de transferencia de dinero, de manera reiterativa, les ha hecho llegar el dinero", informó el coronel Manuel Cruz, jefe de la División de Investigación Contra el Crimen Organizado (Divincco).

Estos extranjeros trasladaban el dinero en sus cuentas bancarias y al llegar a su destino lo retiraban. Por este "trabajito" recibían un pago. Todo el dinero recaudado era producto de las extorsiones que recibían de parte de víctimas ya sea en depósitos, Yape o en persona.

**DETENCIÓN.** Ella fue detenida en una vivienda en el distrito de Los Olivos, junto a sus hermanas y abuela, quienes fueron trasladadas a la sede Investigación de la Dirincri, donde pasaron los exámenes de ley y otras diligencias.

En tanto, Israel Araujo Alva (28), "Georgi", el suboficial PNP que filtraba datos confidenciales que permitieron a los delincuentes evadir a las autoridades y mantener sus actividades delictivas, y Martina Hernández (57), mamá de Erick Moreno, serán investigados por 15 días luego que ayer, en audiencia, el Poder Judicial convalidó la detención judicial por flagrancia.



• Se mostraba en redes sociales como una emprendedora.

**ojo al dato**

Grupo fue quien, desde el Perú hasta otro país, trasladó [illegible], periodistas y el envoltorio de una pollería, para hacer creer que "El Monstruo" estaba en el Perú.

• Venezolano esperó y mató al padre de tres hijos.

SICARIO LE DISPARÓ TIRO EN LA CABEZA

## Asesinan a costurero cuando salía a trabajar

Un sicario venezolano, que sentado en una vereda tomaba un jugo y comía un dulce, vio salir de su casa al costurero Elías de la Cruz Chávez Escalante (46) y lo asesinó de un balazo en la cabeza.
Ocurrió a las 7 de la mañana en la cuadra 15 del jirón Las Esmeraldas, urbanización Inca Manco Cápac, San Juan de Lurigancho, cuando la víctima -padre de tres hijos- salía rumbo a su trabajo como costurero. Su verdugo huyó en una moto lineal conducida por un cómplice. "¡Queremos justicia!", exclamó un familiar del costurero. Se investiga el móvil.


• Hampones que exigen cupos atacaron en el parque Oropeza Chonta.

## Balean a chofer de la empresa El Urbanitto

Desde una moto, extorsionadores dispararon contra el parabrisas de una miniván de la empresa El Urbanitto, que brinda servicio de colectivo en San Juan de Lurigancho, e hirieron de bala al chofer del vehículo, Rafael Espinoza Carrasco (29).



ATRACÓ LOCAL CON RÉPLICA DE ARMA QUE ROBÓ A UN BORRACHITO

## EXSOLDADO SALE DE LA CÁRCEL, ASALTA FARMACIA Y ES INTERVENIDO

Cristopher Lozano (28), quien hizo su servicio militar en la Escuela de Francotiradores del Ejército y luego estuvo cinco años preso por robo, resultó detenido tras asaltar una farmacia de la avenida Las Flores, en San Juan de Lurigancho. Saltó el mostrador, revisó cajones y, con una réplica de pistola que había robado a un ebrio en la calle, amenazó a las dos trabajadoras para que le entreguen el dinero de las cajas registradoras. Agentes del Grupo Terna del Escuadrón Verde, al mando del coronel PNP Pedro Rojas, lo capturaron al salir de la farmacia. "No robaba mucho", dijo el detenido que llevaba monedas, un celular y aparatos tecnológicos del local.

**AL GRANO**

### "ENAMORADOS" ENTRAN A CASA Y CARGAN CON TODO

Una pareja de delincuentes que se besaba y abrazaba en el frontis de una casa de la urbanización Viña San Francisco, en Santa Anita, ingresó al predio y robó 13 mil soles en efectivo y objetos valorizados en más de 30 mil soles.



### CAPTURAN A BANDA POR EXTORSIONES

Simulaba vender caramelos, pero Liz Vílchez (36) "La Madrina" dirigía una banda que extorsionaba a choferes de transporte público. Cayó en San Miguel junto a Ángel Huere (27), Ederson Villar (27) y el venezolano Jeferson Angulo (23).



### VUELAN PUERTA DE POLLERÍA CON EXPLOSIVO

Extorsionadores, que dicen pertenecer a "Los Injertos del Cono Norte", detonaron un artefacto explosivo en la puerta de una pollería de Puente Piedra a la que, desde hace dos meses, exigen pagar 15 mil soles de cupo.




LEÓN XIV CONVERSÓ SOBRE LA GUERRA CON PRESIDENTE RUSO

# Papa pide a Putin un gesto por la paz

AGENCIAS OJO
redaccion@prensmart.pe

Cuando se anuncia un contundente ataque ruso sobre territorio ucraniano y una tregua parece hoy imposible, el papa León XIV solicitó ayer al presidente de Rusia, Vladimir Putin, que realice "un gesto que favorezca la paz" en Ucrania.

En el primer diálogo telefónico que mantienen ambos líderes desde la elección del sumo pontífice, el Vaticano informó que la tarde de ayer "hubo una conversación telefónica entre el papa León XIV y el presidente Putin", después de que así lo revelase en Moscú la Presidencia rusa.

La Santa Sede destacó que "además de tratar temas de interés mutuo, se prestó especial atención a la situación en Ucrania y a la paz".

"El papa hizo un llamamiento a Rusia para que realice un gesto que favorezca la paz y destacó la importancia del diálogo para establecer contactos positivos entre las partes y buscar soluciones al conflicto", señaló la oficina de prensa vaticana.

**ATAQUES.** Todo ello se da al tiempo que Rusia exigió a Estados Unidos que frene los ataques ucranianos como el que golpeó con 117 drones, en la "Operación Telaraña", a su aviación estratégica en el corazón de suelo ruso.

Tras dialogar ayer con Putin durante una hora y cuarto, el presidente estadounidense, Donald Trump, refirió que "fue una buena conversación, pero no una que conduzca a una paz inmediata", ya que su homólogo ruso "afirmó, con mucha firmeza, que tendrá que responder" a la destrucción de sus aviones.

**ojo al dato**

Ucrania prevé reclutar a mayores de 60 años para la guerra y anuncia el próximo canje de 500 prisioneros con Rusia.

BOLIVIA

## A DINAMITAZOS BUSCAN IMPONER A EVO DE CANDIDATO

**LA PAZ.** Mientras seguidores de Evo Morales se enfrentan a dinamitazos a la Policía y las carreteras a Cochabamba están bloqueadas en 20 puntos, la Cancillería alertó al mundo de un supuesto intento de acabar con la democracia. El Gobierno acusa a los "evistas" que protestan contra la crisis económica, piden la salida del presidente Luis Arce y exigen la inscripción de Morales como candidato presidencial.

## DICEN QUE DÓLAR CAERÁ A NIVELES DE PANDEMIA

ESTADOS UNIDOS

**NUEVA YORK.** Morgan Stanley, JP Morgan y Goldman Sachs -tres de las mayores instituciones financieras del mundo- prevén la caída del dólar estadounidense a mediano plazo, a raíz de la política económica del presidente de Estados Unidos, Donald Trump. Morgan Stanley estima que caería 9 % este año y JP Morgan aconseja ir a otra divisa.





**FIELES ACUDEN EN MASA A REZAR.** El hach comenzó ayer en La Meca, Arabia Saudita, con el aumento de las temperaturas que no impidieron a cientos de miles peregrinos musulmanes cumplir con el mandato religioso -obligatorio al menos una vez en la vida- de rezar alrededor de la Kaaba, el lugar más sagrado del Islam.

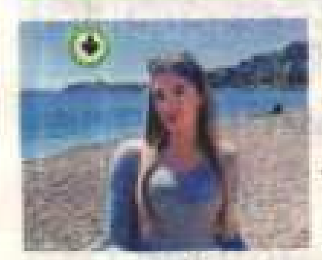
ITALIA



## NIÑOS ENTRAN A PISCINA Y SE INTOXICAN

➡ Cinco niños, de entre 5 y 11 años, fueron hospitalizados en Roma a causa de una intoxicación por excesivo cloro en una piscina del centro deportivo Imperium Eventi La Borghesiana, a las afueras de la capital italiana. Un menor de 9 años está en coma inducido, internado en cuidados intensivos.

MONTENEGRO



## ABRE ARNÉS Y MUERE AL CAER DE PARAPENTE

➡ Al sufrir un ataque de pánico, con gritos de "¡bájenme!" y "¡ayuda!", cuando volaba en parasailing (parapente sobre el mar), la influncer serbia Tijana Radonjic (19) se desabrochó su arnés y murió al caer desde 50 metros de altura mientras grababa un video turístico en la ciudad costera de Budva.

FOTOLOCA

MÉXICO

# INUNDACIONES POR LLUVIAS SE TRAGAN LOS CARROS

➡ Autos bajo el agua, trabajadores atrapados en fábricas e inundaciones en viviendas y comercios son parte de los estragos que dejan las intensas lluvias registradas en gran parte de México. Vehículos se encuentran atrapados bajo el puente de Río Churubusco por las inundaciones que dejaron las precipitaciones pluviales en la Ciudad de México. Ocupantes de los vehículos debieron abandonarlos en la vía pública para salvar sus vidas. ¡Y las lluvias continuarán!

COLOMBIA




## POBLACIÓN SACA CARA POR HACIENDA DE PABLO ESCOBAR

➡ Comerciantes y habitantes del municipio de Puerto Triunfo, en el Magdalena Medio antioqueño, rechazaron ayer la propuesta del presidente Gustavo Petro para que los predios de la Hacienda Nápoles -que fue propiedad del capo del narcotráfico Pablo Escobar- sean entregados a campesinos víctimas del conflicto armado. La hacienda recibe al año un millón 200 mil turistas y genera decenas de miles de empleos en la región.

GLOBAL

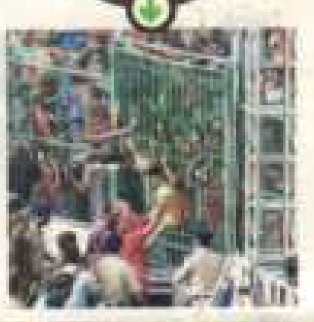


## RECHAZAN MATANZA DE PALESTINOS

➡ Israel priva sistemáticamente a millones de palestinos de lo esencial para sobrevivir y son tiroteados o asesinados en Gaza "cuando simplemente intentan comer", alertó la ONU.

ASÍ FUE

INDIA

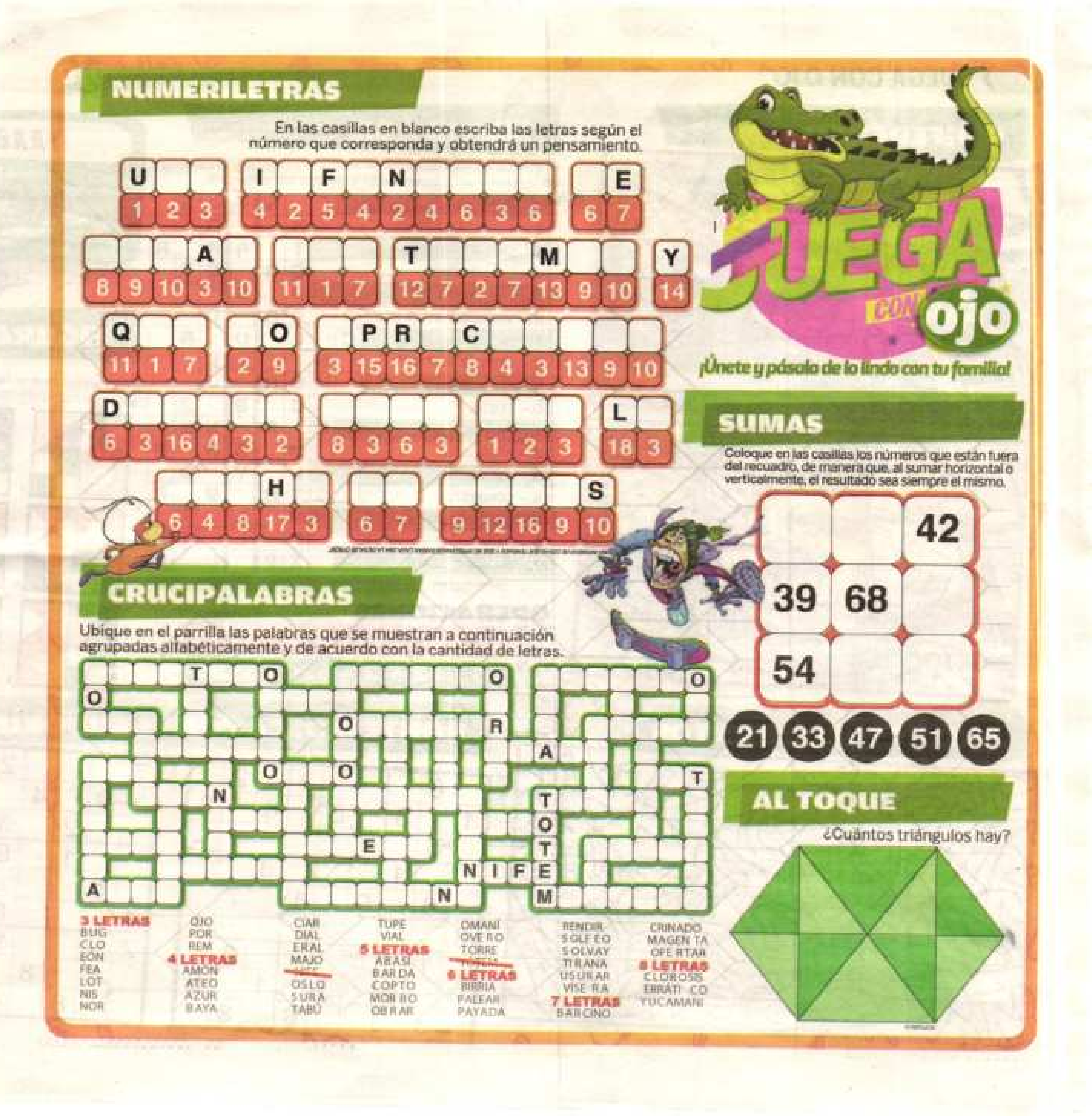


## MUEREN AL SER PISOTEADOS EN CELEBRACIÓN

➡ Al menos 11 personas murieron en una avalancha, por asfixia al ser pisoteados y aplastados, cuando miles de fanáticos del cricket celebraban afuera del Estadio M. Chinnaswamy, en la ciudad de Bengaluru, con los ganadores de la Indian Premier League, el torneo de cricket T20 más popular del mundo. Era el primer título del equipo Royal Challengers Bengaluru y todo acabó en una tragedia.

**¿SABÍAS QUE... EL PILOTO Y EL COPILOTO NO COMEN LO MISMO EN UN VUELO COMERCIAL?**

PARA EVITAR QUE AMBOS SE ENFERMEN EN PLENO VUELO SI LA COMIDA ESTÁ CONTAMINADA, CADA UNO RECIBE UN PLATO DIFERENTE.


NUMERILETRAS
En las casillas en blanco escriba las letras según el número que corresponda y obtendrá un pensamiento.
U 1 2 3 · I 4 2 F 5 4 N 2 4 6 3 6 · 6 E 7
8 9 A 10 3 10 · 11 1 7 · T 12 7 2 7 M 13 9 10 · Y 14
Q 11 1 7 · 2 O 9 · 3 P 15 R 16 7 C 8 4 3 13 9 10
D 6 3 16 4 3 2 · 8 3 6 3 · 1 2 3 · L 18 3
6 4 8 H 17 3 · 6 7 · 9 12 16 9 S 10
JUEGA CON ojo
¡Únete y pásalo de lo lindo con tu familia!
SUMAS
Coloque en las casillas los números que están fuera del recuadro, de manera que, al sumar horizontal o verticalmente, el resultado sea siempre el mismo.
42
39 68
54
21 33 47 51 65
CRUCIPALABRAS
Ubique en el parrilla las palabras que se muestran a continuación agrupadas alfabéticamente y de acuerdo con la cantidad de letras.
3 LETRAS
BUG
CLO
EON
FEA
LOT
NIS
NOR
OJO
POR
REM
4 LETRAS
AMON
ATEO
AZUR
BAYA
CIAR
DIAL
ERAL
MAJO
OSLO
SURA
TABÚ
TUPE
VIAL
5 LETRAS
ABASI
BARDA
COPTO
MORBO
OBRAR
OMANI
OVERO
TORRE
6 LETRAS
BIRRIA
PALEAR
PAYADA
RENDIR
SOLFEO
SOLVAY
TIRANA
USURAR
VISERA
7 LETRAS
BARCINO
CRINADO
MAGENTA
OPERTAR
8 LETRAS
CLOROSIS
ERRÁTICO
YUCAMANI
AL TOQUE
¿Cuántos triángulos hay?



## 9 DIFERENCIAS





## MENTE ÁGIL

Resuelva las definiciones en forma horizontal y encontrará en la línea marcada el nombre de una obra literaria.

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1.- HONESTOS, PUROS. | | C | | S | T | | S | |
| 2.- SÚPLICA, PETICIÓN. | | | R | | | G | | |
| 3.- MIEDO GRANDE, PAVOR. | | | T | | R | R | | R |
| 4.- CAMPESTRE. | | | G | R | | S | T | |
| 5.- EXCURSIÓN. | | | P | | S | | | |
| 6.- MERLUZA, ATÚN, ETC. | P | | S | C | | D | | |
| 7.- FILTRO, COLADOR. | C | | L | | D | | R | |
| 8.- LICEO, INSTITUTO. | | S | | | | L | | |
| 9.- HECHIZO. | | M | B | R | | J | | |
| 10.- TESTA. | | | C | | B | | Z | |
| 11.- RESISTENCIA. | | D | | F | | N | S | |
| 12.- ATAR, LIAR. | | | M | | R | R | | R |
| 13.- AMORATADO. | | | L | | V | | D | |
| 14.- CONSISTIR. | | S | T | R | | B | | R |
| 15.- BAÚL, VALIJA. | | | M | | L | | T | |
| 16.- ESPÁTULA. | | | P | | L | | T | |
| 17.- MANDAR, REMITIR. | | | X | P | | D | | R |

## OPERACIONES

...PARA RESOLVER EN MINUTOS

A) $14 \times 60 \div 42 + 699 - 423 =$

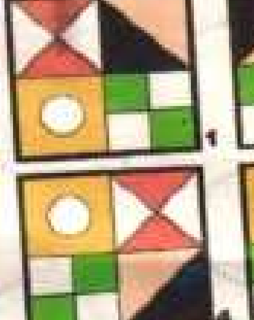
B) $10 \times 12 \div 3 + 620 - 318 =$

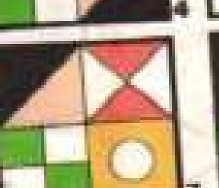
TRAB

Maria Chuchena t techador que por Chuchena, ¿ tu te la ajena? Ni techo ajena, que techo l Chuchena.

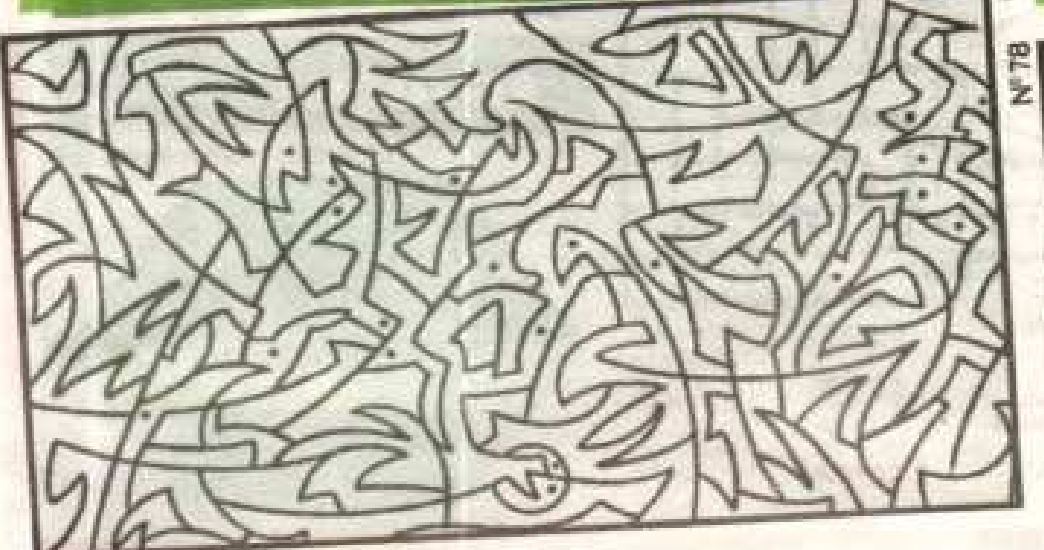
## FIGURAS

Entre estas nueve figu son exactamente igua





## SOMBREA LOS PUNTOS



## PONTE MOSCA CON EL SUDOKU

Nº78

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 8 | | | | 3 | | 2 | |
| 1 | | 3 | | 5 | | 6 | | 8 |
| | 5 | | 6 | | | | 1 | |
| | | 1 | | | | 8 | | |
| | 6 | | 9 | | 1 | | 7 | |
| 3 | | | | | | | | 1 |
| | 1 | | 5 | | | | 3 | |
| 8 | | 5 | | 3 | | 1 | | 6 |
| | 3 | | | | 6 | | 8 | |

Nº79

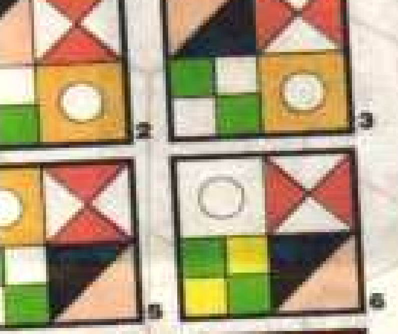
| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 7 | | | | 2 |
| | 9 | | 4 | |
| | | 2 | | 3 |
| | | 1 | | 5 |
| | 5 | | | |
| 4 | | | | 8 |
| 2 | | | | 9 |
| | 3 | | 8 | |
| | | 8 | | 4 |

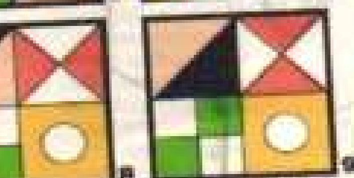
## ...ALENGUAS

...chaba su choza, y un ...allí pasaba le dijo: María ...chas tu choza, o techas ...ni choza, ni techo la ...a choza de María

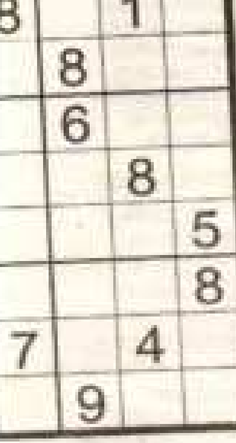
## ...S

...ras hay solamente dos que ...les. ¿Puede decir cuáles son?



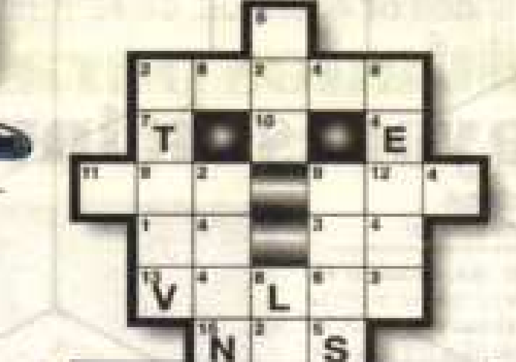






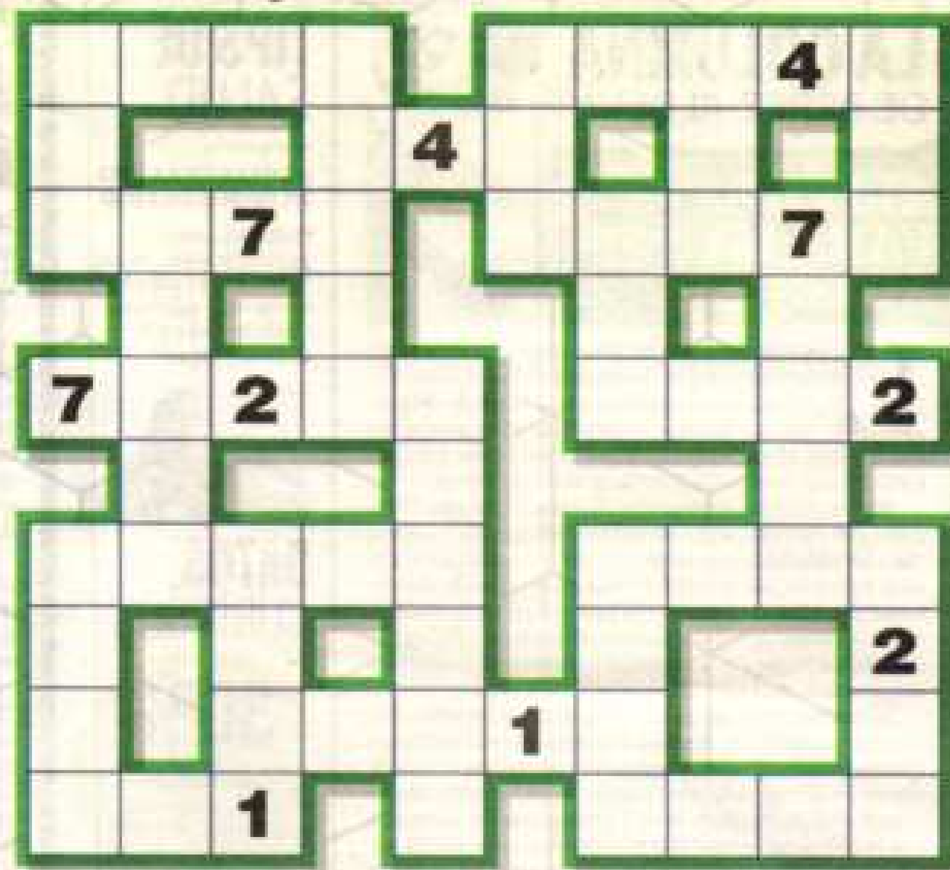

## ROBOT

De acuerdo con las letras marcadas en el robot, coloque la letra que corresponda al número indicado. Podrá leer de corrido un pensamiento y el nombre del autor.




## CRUCINÚMEROS

Ubique dentro del esquema los números que damos a continuación, según la cantidad de cifras.




**3 cifras**
246 - 540 - 605 - 621 - 762 - 801 - 913.

**4 cifras**
0875 - 1084 - 1742 - 1967 - 3946 - 4206 - 5918 - 7041 - 7586

**5 cifras**
28375 - 32710 - 43816 73271 - 73946 - 79418 82567 - 84382.

**6 cifras**
190589.

## TIRA DE HUMOR






# SALUD Y PSICOLOGÍA



**CÓMO PREVENIR EL OJO SECO DURANTE EL FRÍO EN ESPACIOS CERRADOS**

La Dra. Marisol Mendoza, oftalmóloga y asesora científica de Laboratorios Lansier, recomienda usar humidificadores en espacios cerrados, parpadear y usar lágrimas para prevenir el ojo seco.

## LA COLUMNA DE PÉREZ-ALBELA

# ALIVIO PARA LA ARTROSIS

La artrosis es una de las afecciones articulares más frecuentes y suele manifestarse con rigidez, dolor, pérdida de movilidad y sensación de desgaste. Aunque muchas veces se la asocia únicamente con la edad, en realidad está influida por varios factores, entre ellos el desequilibrio en la química del cuerpo.

Nuestros tejidos se renuevan de forma constante. El hígado, por ejemplo, regenera sus proteínas en unos nueve días; los músculos y la sangre, en aproximadamente 120 días; mientras que el hueso y los cartílagos pueden tardar hasta dos años en regenerarse por completo. Cuando el ritmo de desgaste supera al de reposición, el cartílago se reduce, los huesos se aproximan y comienzan a aparecer los primeros síntomas de artrosis.

El movimiento consciente es uno de los mejores aliados para combatirla. Ejercicios suaves de estiramiento y fortalecimiento ayudan a mantener los cartílagos activos, favorecen el flujo sanguíneo y amortiguan los impactos. La inactividad prolongada tiende a empeorar los síntomas, por lo que es recomendable mantenerse en movimiento. Usar sillas firmes, dormir sobre colchones estables y evitar posturas mantenidas por mucho tiempo también contribuye a aliviar las molestias. En cuanto a la alimentación, existen nutrientes que marcan una diferencia significativa. La vitamina C, presente en cítricos y frutas frescas, fortalece las encías, los vasos capilares y contribuye a la salud articular. Su deficiencia puede causar dolores articulares. En algunos casos, se emplean megadosis intravenosas bajo supervisión médica.

El magnesio desempeña un papel decisivo en la relajación muscular, el metabolismo óseo y la respuesta inflamatoria. Su déficit, favorecido por el uso de fertilizantes que empobrecen los suelos, podría estar relacionado con el aumento de artrosis, fatiga, cálculos renales y contracturas.

Alimentos como cacao, almendras, menestras, nueces, higos y cereales integrales lo aportan. En casos severos, se recomienda hasta cuatro gramos diarios de magnesio de alta biodisponibilidad, como el que contiene MAGNESOL.

> "LA ARTROSIS NO ES SOLO COSA DE LA EDAD; TAMBIÉN INFLUYE EL DESGASTE DEL CUERPO Y CÓMO LO CUIDAMOS CON MOVIMIENTO, BUENA ALIMENTACIÓN Y DESCANSO."

perezalbela · Dr. José Luis Pérez-Albela B.
Citas: 936090953 Oficina: 2818677

## TIPS DE SALUD

**PROTEGER LA PIEL EN ÉPOCA DE FRÍO**

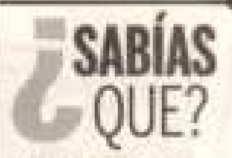
Hidratar, usar protector solar, evitar baños muy calientes y vestir ropa adecuada cuida la piel en la época invernal.



## DATOS CURIOSOS

**30%** DE LA población mundial sufre de ojo seco, siendo más prevalente en mujeres y adultos mayores.

**40%** DE LOS peruanos sufre de ojo seco sin saberlo, según el Instituto Nacional de Oftalmología (INO).



## ¿SABÍAS QUE?

**EL EMOLIENTE COMBATE EL ESTREÑIMIENTO**

Esta bebida tradicional ayuda a combatir el estreñimiento debido a sus ingredientes ricos en fibra y nutrientes.



DURANTE ESTA TEMPORADA AUMENTAN LOS RIESGOS DE RESFRÍOS, GRIPE Y NEUMONÍA

# Cuidados para adultos mayores en invierno

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Este año, Senamhi advierte que el invierno en Lima será uno de los más fríos, con temperaturas que podrían caer hasta los 10°C. Esta situación aumenta el riesgo para los adultos mayores, quienes necesitan cuidados especiales para evitar enfermedades respiratorias graves.

La Dra. Julissa Mogollón, médica geriatra de Sanitas, ofrece recomendaciones clave para proteger la salud de las personas mayores durante este invierno frío.



**SÍNTOMAS.** Es importante reconocer signos como tos persistente, congestión nasal, dolor de garganta o malestar general en personas mayores, ya que estos síntomas pueden evolucionar rápidamente hacia afecciones graves como neumonía o bronquitis.

**CONTROL DE OXÍGENO.** Medir la saturación de oxígeno en personas mayores permite detectar a tiempo problemas respiratorios, especialmente en quienes presentan enfermedades como EPOC o insuficiencia cardiaca, incluso antes de que se presenten síntomas evidentes.

**ALIMENTACIÓN.** Una dieta balanceada que incluya frutas, verduras, proteínas y una adecuada hidratación fortalece el cuerpo y la mente, mejorando las defensas naturales para enfrentar el frío y prevenir infecciones respiratorias.

**ABRIGO.** Vestir en capas, con ropa abrigadora como medias gruesas, gorros y bufandas, protege a las personas mayores de los cambios bruscos de temperatura que pueden afectar sus vías respiratorias y causar molestias articulares.

**ojo al dato**

Las consultas periódicas, el seguimiento de tratamientos y mantener las vacunas al día ayudan a prevenir complicaciones respiratorias.

1. **ACTIVIDAD FÍSICA.** Realizar al menos 30 minutos diarios de ejercicios suaves, como caminar o movimientos de movilidad, mejora la circulación, fortalece músculos y articulaciones.
2. **HIGIENE.** Mantener el hogar limpio, bien ventilado y desinfectar superficies, junto con el lavado frecuente de manos y ropa, ayuda a reducir la presencia de virus y bacterias.
3. **VACUNACIÓN.** Actualizar las vacunas contra la influenza, neumococo y dTpa protege contra enfermedades respiratorias y sus complicaciones.



TOS PERSISTENTE

### Síntomas de tosferina en niños: evitar llevarlos al colegio

En Perú se ha reportado un incremento de casos de tosferina, una infección respiratoria que afecta principalmente a niños. Los padres deben observar síntomas como tos persistente, accesos de tos que terminan en un sonido "gallo" y dificultad para respirar. Ante estas señales, es importante no enviar a los niños al colegio para evitar contagios y acudir a un médico lo antes posible.

# SELECCIÓN CON RESPIRADOR ARTIFICIAL

**PERO IBÁÑEZ DESCARTÓ QUE LA BLANQUIRROJA SALGA A DEFENDERSE ANTE COLOMBIA**



## Edison Flores y Bryan Reyna serían titulares

La mejor defensa es el ataque. Ese es el pensamiento de Óscar Ibáñez, que lejos de salir a especular ante Colombia, saldrá a proponer en Barranquilla. El seleccionador sabe que su equipo está "con respiración artificial" y que, si quiere seguir con opciones en las Eliminatorias, solo le sirve sumar de a tres. Por este motivo el DT presentará un once con vocación ofensiva en el que destaca la vuelta de Edison Flores a la media cancha por Sergio Peña.

Tener la pelota, para contrarrestar el poderío físico de los cafeteros, es algo clave en el plan del partido que preparó el técnico de la Blanquirroja. Ibáñez sabe que los dueños de casa no ganan hace cuatro partidos y querrán salir a pasar por encima a Perú, por lo que espera frenarlos manejando el balón con Renato Tapia, Pedro Aquino y "Orejas", que es una de las novedades en el once. El volante de Universitario viene en alza y su experiencia en esta clase de partidos lo pone un paso más adelante que Sergio Peña.

Al jugador del Paok no le suele ir bien cuando la selección es visitante y eso juega en su contra de cara a un partido trascendental. Todo lo contrario ocurre con Flores que precisamente fue el autor del tanto del triunfo de Perú en Barranquilla en las pasadas Eliminatorias. El número 20 es uno de los máximos anotadores peruanos en los últimos tiempos y eso es un plus que inclina la balanza para su lado a la hora de armar el equipo.

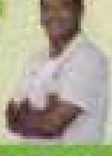
En la ofensiva, Bryan Reyna y Andy Polo serán los acompañantes de Paolo Guerrero que le ganó la partida a Luis Ramos. Mientras el extremo de Universitario colaborará más en labores defensivas, el puntero de Belgrano buscará que surtir los balones al "Depredador" y ser el que aporte el desequilibrio.

**DESCONVOCADOS.** Dos bajas claves tendrá el cuadro de Óscar Ibáñez para esta fecha doble. Gianluca Lapadula, que llegó de Italia con molestias en el tobillo derecho, fue desconvocado por el departamento médico. La misma suerte corrió Kenji Cabrera que tenía muchas posibilidades de ser titular ante los cafeteros. El jugador de Melgar presenta molestias musculares y su recuperación demandará de dos a tres semanas.

Ante esta emergencia, el técnico llamó de emergencia al celeste Maxloren Castro. Hoy el seleccionado tendrá su última práctica en la Videna y por la tarde (4:00 p.m.) tomará el vuelo que los trasladará hasta tierras colombianas.

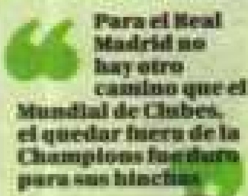
# FIRMADOS

"Me gusta la distinción, soy hombre de carácter, hombre de decisiones, no soy tibio. Así tenga que chocar con la cabeza"



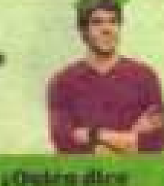
JULIO CÉSAR URIBE
Vocero de Cristal

"¿El penal de Julián que nos anularon en la Champions? Nos sentimos como ultrajados, violentados, nunca entenderemos"



DIEGO SIMEONE
Entrenador de Atlético de Madrid

"Para el Real Madrid no hay otro camino que el Mundial de Clubes, el quedar fuera de la Champions fue duro para sus hinchas"



KAKÁ
Ex volante del Real Madrid

"¿Quién dice que quiero la camiseta 10 del Liverpool? Respeto a los jugadores, no crean todo lo que se inventan o dicen"



FLORIAN WIRTZ
Volante del Bayer Leverkusen

LOS DE GARECA RECIBEN A ARGENTINA EN PARTIDAZO

# Chile se las ve contra Messi



• Los chilenos van coleros en las Eliminatorias y Argentina marcha primero.

↗ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Santiago.- Luego de los duros choques de los últimos tiempos, los Chile vs Argentina se han vuelto ya un clásico del continente y hoy habrá otra edición cuando la Roja reciba a los campeones del mundo en el estadio Nacional Julio Martínez Prádanos, desde las 8:00 p.m. por las Eliminatorias (Movistar Canal 3).

La escuadra de Ricardo Gareca está casi eliminada, ya que va colera en la competencia (10 puntos) y no puede permitirse un tropiezo. Por ello, el "Tigre" ha convocado a la "Vieja Guardia" con Arturo Vidal y Alexis Sánchez como los abanderados.

"Es una realidad. Son las últimas posibilidades. Tenemos la intención de poder seguir aspirando a esa posibilidad del Mundial", declaró Gareca a los medios chilenos.

El once de la Roja sería con Cortés; Loyola, Maripán, Sierralta y Suazo en la defensa; Echeverría, Pizarro y Vidal; Osorio, Sánchez y Cepeda. Chile perdió las últimas tres veces que recibió a la Albiceleste y no le gana por Eliminatorias desde hace 17 años.

Argentina, líder de las Eliminatorias, no contará con los volantes Alexis Mac Allister y Enzo Fernández, pero tendrá a un Lionel Messi en gran nivel en el Inter Miami. El equipo sería con Martínez; Molina, Romero, Balerdi, Tagliafico; Barrenechea, De Paul, Palacios; Messi, Álvarez y Simeone. El árbitro será Jesús Valenzuela (Venezuela).

**ojo al dato**

En el estadio Defensores del Chaco, Paraguay (5° con 21) recibe hoy a Uruguay (3° con 21) desde las 6:00 p.m. (Gol Perú).



EL "9" COLOMBIANO

## DURÁN CONTRA ZAGA PERUANA

La selección de Colombia ya tiene a su "9" para hacerle daño mañana a Perú y no es otro que Jhon Durán, compañero de Cristiano Ronaldo en el Al-Nassr de Arabia Saudita. El delantero de 21 años, y cuyo pase vale 35 millones de euros, le ganó la pulseada a Luis Suárez. El habitual titular, Jhon Córdoba, quedó fuera por lesión. La duda de Néstor Lorenzo será el reemplazante del lateral izquierdo Johan Mojica y este sería Cristian Borja.

LA COLUMNA DE

# EL OJÓN

por: el calidoso

## RODRIGO UREÑA DEJARÍA UNIVERSITARIO AL FINAL DEL APERTURA

Hola, holaa, holaaa, holaaaaa, mi gente, vengo más embalado que Agustín Lozano sacando pecho por su gestión al frente de nuestro fútbol. El presidente de la Federación se volvió a presentar en un medio y resaltó su labor olvidándose que somos últimos a nivel selecciones en todas las categorías y que los clubes no cobran hace tres meses por los derechos de televisión. El máximo dirigente tampoco supo explicar por qué a Melgar todavía no le pagan un dinero que les deben desde el 2023 y quiere que se amplíe el contrato por cinco años más. ¡CHEEEEESSSSSS!



En Ate están preocupados porque Rodrigo Ureña habría decidido seguir su carrera en el extranjero. Dicen que Ricardo Gareca le habría sugerido al volante crema que si quiere seguir creciendo lo mejor es dejar Universitario y buscar opciones en un balompié más competitivo que el nuestro. Ojo que el "Pitbull" ya se fue a Belgrano y terminó regresando porque no le cumplieron lo ofrecido. Ante este panorama, el "Nono" le habría pedido a la administración que busque un reemplazante y el elegido por los merengues sería Claudio Torrejón de Cienciano. ¡OJITO, OJITO!

Otro merengue que cambiaría de camiseta en el Clausura es Gustavo Dulanto. El zaguero, que tiene contrato por dos temporadas más, sabe que con la llegada de Anderson Santamaría tendrá pocas oportunidades de jugar y por eso está analizando ofertas de otros cuadros. Hay clubes del interior interesados en "Pochito", pero la opción que más gusta al futbolista es la de Sport Boys que ya se puso en contacto con su padre que es quien lo representa. ¡HUUUMMM!

Las buenas actuaciones de Pedro Gallese en el Orlando City no pasan desapercibidas en el fútbol norteamericano. El "Pulpo" está entre los nominados a integrar el equipo de los All Star de la MLS que jugará el 23 de julio ante el cuadro de las estrellas de la liga mexicana. El número 1 de la selección ya disputó este encuentro el 2021 y demostró su gran capacidad. Bueno, mi gente, esto es todo por hoy, mañana volvemos con más y mejor información. ¡CHAAAAAAUUUUUU!



JUEGAN EN GUAYAQUIL UN DUELO CLAVE

## CARLO ANCELOTTI SE ESTRENA CON BRASIL VISITANDO A ECUADOR

La era Carlo Ancelotti en la selección brasileña (4° con 21) arranca hoy cuando el "Scratch" juegue en el "Monumental Banco Pichincha" contra Ecuador (2° con 23) por la fecha 15 de las Eliminatorias (6:00 p.m./ Movistar Canal 3). La "Canarinha" no contará con el extremo Raphinha, pero podría tener al joven crack Estevao como volante ofensivo. Ecuador no vence de local a Brasil por Eliminatorias desde el 2004, pero hoy tendrá al volante Moisés Caicedo y al defensa Willian Pacho en gran nivel. La baja más importante de la "Tri" es el extremo Gonzalo Plata por lesión. El árbitro será el chileno Piero Maza.

LUSOS GANARON 2-1 A LA FAVORITA ALEMANIA

# Cristiano Ronaldo lleva a Portugal a la final

Partidazo. El que ofrecieron en Múnich por las semifinales de la Nations League, Alemania y Portugal que ganó 2-1 y espera rival para el domingo.
Germanos y lusos ofrecieron un encuentro lleno de ocasiones de gol y con mucho fútbol en el que brilló Cristiano Ronaldo. Por uno u otro motivo, CR7 nunca había celebrado ante los alemanes y parecía que estaba destinado a retirarse sin saber lo que es vencer ante uno de los grandes. Sin embargo, ayer se le presentó quizás su última oportunidad y cumplió con creces.
Florian Wirtz (48') de cabeza abrió la cuenta para los dueños de casa cuando mejor jugaban los portugueses. A los 58', Roberto Martínez, DT de Portugal, se jugó el todo por el todo y mandó a la cancha a Vitinha, que venía de brillar en la final de Champions con el PSG, Nelson Semedo y Francisco Conceicao.
Las variantes funcionaron y cuando se disputaban 62' del choque, Conceicao hizo el 1-1 con remate colocado. Los germanos sintieron el golpe y seis minutos más tarde vieron cómo el "Bicho" a pase de Semedo volteó el partido y puso justicia a lo que ocurría en el césped del Allianz Arena. Sobre el final, Marc-André ter Stegen en una doble atajada impidió que los ibéricos aumentaran la cuenta.
Hoy (2:00 p.m./ESPN) España y Francia disputarán la otra semifinal en Stuttgart y el vencedor enfrentará el domingo a la Portugal de Cristiano Ronaldo.



• CR7 por fin celebró ante los alemanes.




### AL HILAL SE LLEVA A SUBCAMPEÓN

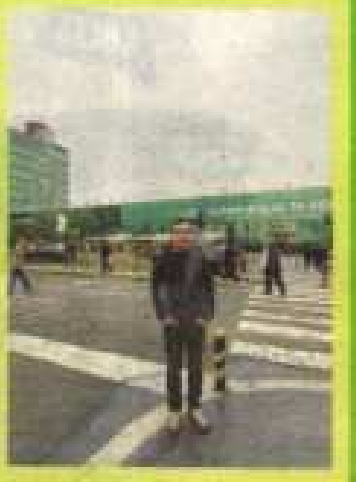
Tras perder la final de la Champions, el técnico Simone Inzaghi dejó Inter y se va al Al-Hilal, que jugará el Mundial de Clubes y allí ganará 25 millones de euros por año.




## EL ÚLTIMO VIAJE

El antiguo aeropuerto internacional Jorge Chávez, en el Callao, cerró sus puertas y me ha dejado recuerdos que perdurarán en mi memoria. Ha sido testigo de mis primeros viajes y el último cuando crucé la frontera para llegar al país de Ecuador.

Recuerdo que cuando comenzó a funcionar el Metropolitano hace 15 años dejé de ir en taxi al aeropuerto. En esa época los taxistas cobraban 50 soles desde Chorrillos. Ahora la tarifa es aproximadamente 80 soles. Sin embargo, la necesidad de ahorrar en el traslado para luego darme unos "gustitos" en el viaje generó que descubriera una nueva ruta económica. Es así que en ese entonces, cada vez que salía de viaje, el plan era el siguiente: Con varias horas de anticipación tomaba un bus en el terminal Matellini y me bajaba en el paradero Tomás Valle, en Independencia. Iba sentado, cómodo, escuchando música y a la vez aprovechaba para despedirme de las calles de Lima. Atravesaba como diez distritos. Una mini travesía antes de iniciar otra.



Al salir de la estación Tomás Valle subía a una combi y después de unos veinte minutos estaba frente al terminal aéreo. Solo tenía que cruzar la pista para ingresar caminando al "Coco" Chávez. Antes de hacerlo iba a mi casera emolientera y pedía un vaso con quinua y dos panes con palta. Tenía que alimentarme para poder viajar feliz. Había gastado menos de cinco soles en pasajes y unos tres soles en desayuno.

Como siempre viajo solo con mi mochila, mi eterna compañera, no había problemas en viajar en un bus de transporte público. Sin embargo, ahora la realidad es otra historia para poder llegar al nuevo aeropuerto. Ya no puedo ingresar caminando y solo entran taxis, vehículos particulares y buses autorizados. También por precaución hay que salir con muchas horas de anticipación para evitar atrasos y perder el vuelo.

En estos primeros meses para los viajeros que acudan al nuevo aeropuerto Jorge Chávez va a ser una experiencia de exploración en descubrir los distintos ambientes. Turistas que llegan del extranjero han quedado sorprendidos por el moderno terminal aéreo e incluso lo comparan con el aeropuerto de Barajas en España.

Recuerdo que en el 2018 estuve en ese terminal. Había acabado el Mundial de Rusia y realicé una escala en la ciudad de Madrid. Casi no subo al avión de vuelta a Lima porque me perdí en las gigantescas instalaciones del aeropuerto y en realidad es una ciudad. Menos mal que me esperaron porque era el último pasajero que faltaba. Estoy seguro que la milagrosa Santa Cotonia me ayudó a no quedarme varado al otro lado del mundo. Siempre llevo una estampita en la billetera. Nos vemos.



# 16 | PERÚ RADAR

HUÁNUCO



• Piedras y tierra cayeron sobre el poblado de Ayancocha.

HAY CIENTOS DE FAMILIAS DAMNIFICADAS

## Deslizamiento de cerro sepulta casas

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

El deslizamiento de piedras y tierra de un cerro en el centro poblado de Ayancocha, provincia de Ambo, en Huánuco, ha dejado como saldo a más 20 viviendas sepultadas y más de 300 familias damnificadas.

Desde el último sábado 31 de mayo se registraron constantes fallas geológicas en esta parte de la región de Huánuco. Los últimos deslizamientos del cerro registrados la madrugada del miércoles, sepultaron más de 20 casas, afortunadamente no hubo víctimas humanas ni heridos que lamentar, solo daños y pérdidas materiales incalculables de los pobladores del barrio 30 de Diciembre y Milagritos.

**ojo al dato**
Los pobladores afectados son reubicados en los cuatro albergues que ha instalado la Municipalidad Provincial de Ambo.

**DAÑOS.** Según el reporte inicial del jefe del Indeci Huánuco, Erick Segura Tito, el último deslizamiento de piedras y tierra causó daños materiales en más de 20 casas, felizmente estaban sin ocupantes, debido a que desde los primeros reportes de deslizamientos se había iniciado con el traslado de la población a zonas seguras.

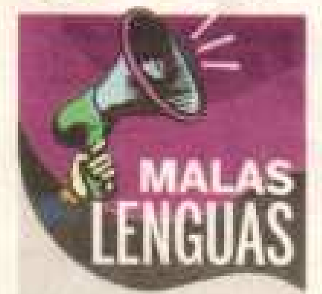
"Felizmente la naturaleza fue avisando desde el día sábado, por lo que la evacuación se inició desde el domingo, por ello no tenemos heridos ni fallecidos, solamente afectaciones y daños materiales. Estamos con el personal de obras, del Ejército, y otros ayudando a la población a evacuar", refiere Erick Segura.

AREQUIPA

### MATAN A AGRICULTOR PARA ROBARLE



**CAYLLOMA.** El agricultor Jenrry Oswaldo Cuadro Sánchez (57) fue asesinado por una banda de ladrones que ingresó a su vivienda ubicada en el distrito de Majes, en la provincia de Caylloma, para robarle 30 mil soles. El crimen fue presenciado por su esposa. Los serenos auxiliaron a la esposa de la víctima y comunicaron el hecho a la Policía.




Estas malas lenguas, llegan con harto "chimi chimi"... El bailarín **ANTHONY ARANDA** aclaró que no tiene una amistad con el **"GATO" CUBA**, pero sí una relación cordial, pues le interesa mostrar siempre paz y tranquilidad a la hija de **MELISSA PAREDES... SUSY DÍAZ** afirmó que su hija **FLORCITA** ha empezado a pagar sus deudas bancarias y ya no le pide plata para llevar a almorzar a su hijo, y espera que siga mejorando con sus finanzas... **VANIA BLUDAU** comentó que sueña con convertirse en madre y espera en un futuro cercano encontrar a la persona idónea para lograr su sueño... El cómico **MIGUELITO BARRAZA** dice que ahora venderá café y tamales en su restaurante de Lince, pues ha bajado el consumo de cebiches por el frío... Nos vamos, nos vemos mañana.

**XIOMY EN LAS TABLAS.** El imitador Miguel Moreno comentó que Xiomy Kanashiro es muy talentosa y profesional, y estarán juntos en el show "Juego de parejas", que se estrena hoy en Bianca de Barranco. También estarán Luigi Carbajal y la tiktoker "La Mana".



# Flavia Laos: Estaba loca y la fregué

RECONOCIÓ QUE TUVO ROMANCE CON PABLO HEREDIA Y QUE LE PIDIÓ DISCULPAS A ALE FULLER

•PABLO HEREDIA
ACTOR

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Después de conocer que Pablo Heredia se sentaría este domingo en "El valor de la verdad", Flavia Laos se adelantó y reveló que tuvo un romance con el actor argentino, pese a que había sido pareja de su amiga Alessandra Fuller.

"Tenía más o menos 17 años... Él tenía 38 años, casi 40. Sabía perfectamente lo que hacía. Sí, hubo algo (con Pablo), duró tres semanas o un mes. Fue después de que ellos (Pablo y Ale) terminaron. Fue durante la novela, casi en la última temporada. Era una época en la que salía demasiado, tomaba demasiado y era la 'Britney Spears peruana'. Súper rebelde, la paraba fregando a cada rato y no me juntaba con las amistades adecuadas", expresó Laos.

Asimismo, la actriz reconoció que no hizo bien al involucrarse con la expareja de su amiga Ale Fuller, con quien se distanció a raíz de lo que sucedió.

**ojo al dato**

Aunque Flavia y Ale Fuller estuvieron distanciadas varios años, el año pasado se amistaron y viajaron a Tailandia junto a Mayra Goñi.

"La relación (de amistad) se terminó por la traición. Era chibola, súper inestable, estaba loca, la fregué, he aprendido y soy una persona completamente distinta hoy en día. Acepto mi culpa, fue una mala decisión. Duró poco y por eso me sentí tan mal. Fue un error de ambos por no respetar códigos", precisó Laos, quien añadió que pidió disculpas a Fuller.

"Pedí disculpas, eso me deja en paz y hoy en día estamos increíbles", acotó.


•"La Garotinha" no ve nada malo entre ellos.

DICE QUE TIENE BUENA AMISTAD CON DILBERT

## Nancy apoya a la "Ñañita"

Nancy Castelo, "La Garotinha", aplaudió que Claudia Portocarrero y Dilbert Aguilar se estén llevando tan bien como amigos, tras la relación amorosa que tuvieron.

"Los he conocido a ambos como pareja, tenían una gran química y amistad hermosa, así que si tuvieron una excelente relación por qué no podrían mantener una relación de amigos. No le veo nada de malo", expresó Castelo.

Asimismo, salió en defensa de Claudia Portocarrero, tras los ataques que recibió de la esposa de Dilbert, Jhazmín Gutarra. "La 'Ñañita' es una persona con muchos valores y jamás haría algo malo. Lo de ella con Dilbert es pura amistad", precisó.


•Claudia y Dilbert tuvieron una relación de doce años.



POR REGISTRO DE "LOS BARRAZA"

## José María aclara a "Tomate"

José María Barraza negó que haya traicionado a su primo "Tomate" Barraza o que le haya robado el nombre de "Los Barraza" a su orquesta. "Él registró la marca en el 2010 sin decirme a mí ni una sola palabra, ni consultar, pero en el 2020 venció el registro y en el 2024 lo registré yo, pues el nombre estuvo ahí suelto durante cuatro años", manifestó Barraza.




## AL GRANO





### EVELYN DE LEJOS CON MELISSA KLUG

Evelyn Vela aclaró que no retomará su amistad con Melissa Klug, pues pasó los límites al involucrar a su hija, de quien está orgullosa porque estudia en la universidad.

### "CHOLA PUCA" CRUZA LOS DEDOS

La actriz Susan Cristán, "La Puca", contó que lleva dos semanas yendo de invitada al programa "Humor recargado"; pero le gustaría quedarse de forma estable.



• Actriz celebrará su cumpleaños junto a su novio.

• MARCELO LE REGALÓ ANILLO A MILETT.

# Milett viaja para ver a Tinelli

## TENDRÁN REENCUENTRO EN ARGENTINA

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

La actriz y conductora Milett Figueroa comentó que este fin de semana regresará a Buenos Aires para reencontrarse con su novio Marcelo Tinelli tras haber pasado un mes en Perú, y aclaró que su relación sigue estable.

"Este fin de semana regreso a Buenos Aires, he estado en Lima alrededor de un mes, y ahora me reencuentro con Marcelo. Además, se viene mi cumpleaños (el 10 de junio) y la pasaré lindo por allá", dijo Milett en el podcast Ouke.

En otro momento, Milett lució el anillo que le regaló Marcelo Tinelli durante el reality que grabó junto a su familia.

"Parece un anillo de compromiso, pero lo que tenemos es un compromiso de estar juntos, como pareja; pero no estamos comprometidos para casarnos. Tenemos un vínculo", dijo la actriz.

Asimismo, dijo que el matrimonio no está en los planes que tienen como pareja.

"En los últimos tiempos me han hablado mal del matrimonio, mucha gente que conozco y me dicen 'no te cases', que el matrimonio arruina la relación, de todo un poco. Pero nosotros no tenemos planes, yo no tengo planes, estamos disfrutando la relación. En todo caso, primero sería la convivencia, y dicen que también es difícil", reveló Milett.

Finalmente, indicó que espera seguir desarrollando su carrera profesional en Argentina con diversos proyectos que espera concretar.

**ojo al dato**

Milett y Marcelo tienen una relación de dos años que inició cuando ella participó en el reality "Bailando 2023", que se emitió por la cadena Telefé.

# CASOS DEL CORAZÓN






Por MAGALY MORO
magalymoro@prensmart.pe




# En tragos me confesó que extraña al papá de sus hijos

**Santiago (45, Independencia).** Doctora Magaly, las inseguridades me están consumiendo. Hace un año comencé una relación con Fátima, quien tenía solo seis meses de divorciada. Ella me contó que su matrimonio estuvo en crisis durante casi dos años, así que para ella llevaba más tiempo soltera de lo que parecía. Desde el inicio, intentamos construir algo nuevo, pero no ha sido fácil.

Fátima tiene dos hijos grandes que aún quieren mantener contacto frecuente con su padre. He tratado de no involucrarme mucho en esa parte, entendiendo que ella no puede alejarse completamente de él. Sin embargo, varias veces hemos discutido porque siento que la relación entre ellos es demasiado cercana y eso me genera mucha incomodidad.

Hace poco, luego de una reunión con sus amigos en la que bebió más de la cuenta, volvimos a casa y estuvimos muy cariñosos. Durante una conversación, sentí la necesidad de preguntarle qué sentía por su ex, y me confesó que lo extraña mucho. Esas palabras me destruyeron por dentro y han hecho que vea nuestra relación con otros ojos.

Doctora, estoy perdido y no sé si puedo continuar así. Me duele pensar que ella aún piensa en otra persona y eso me genera dudas sobre nuestro futuro juntos. Quisiera saber qué hacer para aclarar mis sentimientos y decidir si vale la pena seguir luchando por esta relación.

## ojo al consejo

**Querido Santiago, habla con Fátima honestamente sobre tus sentimientos y escucha sin juzgar. Establezcan límites claros respecto a su ex. Trabajen en fortalecer la confianza y la comunicación. Consideren terapia de pareja para abordar inseguridades. Cuida tu bienestar emocional y decide qué es mejor para ti a largo plazo.**

## EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA
996288415





**ARIES** 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
Los reclamos que haga a sus colegas en el trabajo no serán bien recibidos. Si quiere soluciones, piense en otra estrategia.



**TAURO** 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
Preste atención a las personas que lo rodean en el trabajo; más de una pretende perjudicarlo para sacar provecho. Alerta.



**GÉMINIS** 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
Las expectativas en ese proyecto laboral o profesional se concretarán si encuentra a la persona idónea para acompañarlo. Adelante.



**CÁNCER** 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
Cierre cualquier tema que pueda generar disgusto con la pareja. Por ahora, es mejor pasarla bien con la persona amada.



**LEO** 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Tenga mucha paciencia con las palabras que escuchará por parte de sus superiores o colegas en el trabajo. Saque lo positivo de ello.



**VIRGO** 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
Sentirá el golpe porque algo en el trabajo no saldrá como esperaba. Mantenga la vista en el futuro: llegan nuevas oportunidades.



**LIBRA** 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
Estará lleno de buena energía y logrará alcanzar sus objetivos sin problemas. Ponga todo su esfuerzo y espere los resultados.



**ESCORPIO** 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
Todo cambio representa un problema en el trabajo si lo toma como una traba. Asúmalo como un reto y le irá mucho mejor.

**SAGITARIO** 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
Sufrirá las consecuencias de haber confiado en personas que apenas conocía en el trabajo. Aprenderá una dura lección. Asimílela.



**CAPRICORNIO** 21 DE DICIEMBRE | 20 DE ENERO
Los problemas familiares con su pareja provocan tensiones y enfrentamientos. La paciencia será su mejor arma.



**ACUARIO** 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
No postergue su trabajo por más flojera que tenga. Intente avanzar todo lo posible porque se acercan conflictos con los jefes.



**PISCIS** 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
No puede pretender llevar siempre la voz predominante en la relación de pareja. No minimice las aptitudes de su ser amado. Recuerde.

**SOLUCIÓN OJOGRAMA ANTERIOR**



## CONSEJO SENTIMENTAL



### COMUNICACIÓN NO VERBAL EN PAREJAS MODERNAS

Los gestos, miradas y pequeños detalles dicen más que mil palabras. En 2025, las parejas valoran la comunicación no verbal para expresar cariño, apoyo y complicidad, reforzando el amor sin necesidad de hablar todo el tiempo.

### ¿NO HABLAR DURANTE EL DÍA ES UN PROBLEMA?

No intercambiar mensajes o llamadas durante el día no siempre significa distanciamiento. A veces, es una forma de respetar espacios personales. Lo importante es cómo se conectan en la noche y la calidad de la comunicación que mantienen.




**REFRÁN:** EL MONO NO VE SU TRASERO, PERO SE RÍE DEL OTRO.

Significado: Es fácil burlarse de los errores ajenos mientras se ignoran los propios. Quien critica muchas veces es ciego a sus propios defectos.

CINE

cataujo@hotmail.com / N° 6642

REFRÁN




# COMER *para* VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3576

Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

## ¿LAS BEBIDAS FUNCIONALES REEMPLAZAN A LA FRUTA?

➔ Cada vez hay más bebidas que prometen "subir tus defensas", "darte energía" o "mejorar tu digestión". A estas se les llama bebidas funcionales, término que se refiere a líquidos que, además de nutrir, ofrecen un beneficio específico para la salud. Suelen incluir ingredientes como vitaminas, minerales, fibra, probióticos, extractos de plantas o frutas nativas.

➔ Su principal ventaja es la practicidad: son fáciles de tomar y pueden tener efectos concretos si se consumen de forma regular. Por ejemplo, algunas con fibra ayudan al funcionamiento intestinal, mientras que otras con antioxidantes podrían reducir el daño celular. Sin embargo, no todo lo que brilla es oro. Algunas contienen azúcares añadidos, dosis mínimas del ingrediente funcional o efectos que no han sido suficientemente comprobados.

➔ Y no, aunque estén hechas con frutas o vegetales, no equivalen a consumir fruta entera. Esta contiene más fibra, menos azúcar libre y genera mayor saciedad. Lo ideal es que estas bebidas se usen como complemento, no como reemplazo de una alimentación balanceada.